PURE MASS 1.5 KG QUANTIDADE LÍQUIDA

CHOCOLATE

PURE MASS GOLDNUTRITION® é uma potente fórmula que contém Proteínas de alto valor biológico (hidrolisados e isolados do soro do leite) enriquecidas com BCAA's e Glutamina, Hidratos de carbono de absorção rápida, Monohidrato de Creatina, HMB (ß-Hidroxi-ß-metilbutirato), AAKG, Taurina, Glucoronolactona, Enzimas (Bromelaína e Papaína), Vitaminas e Minerais. A toma diária de **PURE MASS GOLDNUTRITION®** fornece 4,5 g de Creatina e um **alto teor de Proteínas, Vitaminas A, C, E, K, D, B6, B12, Tiamina, Riboflavina, Niacina, Ácido Fólico, Manganês, Crómio e Zinco**, sendo também uma **fonte de Selénio e Cálcio.**

A **Creatina** aumenta o desempenho físico durante exercícios repetidos de curta duração e alta intensidade. Este benefício é obtido com uma dose diária de 3g de creatina. As **Proteínas** contribuem para o crescimento da massa muscular, enquanto o **Zinco** contribui para a síntese normal das proteínas e para a manutenção de níveis normais de testosterona no sangue e a **Vitamina B6** contribui para o metabolismo normal das proteínas e do glicogénio e para a regulação da atividade hormonal. Por outro lado, a **Vitamina D** e o **Cálcio** contribuiem para o normal funcionamento muscular, ao mesmo tempo que o **Ácido Fólico**, a **Niacina**, a **Riboflavina** e a **Vitamina B12**, contribuem para a redução do cansaço e da fadiga e a **Vitamina C** contribui para manter o normal funcionamento do sistema imunitário durante e após exercício físico intenso.

Produzido em Laboratório Certificado da U.E.

PURE MASS 1.5 KG CANTIDAD NETA

CHOCOLATE

PURE MASS GOLDNUTRITION® es una potente formula que contiene Proteínas de alto valor biológico (hidrolizados y aislados del suero de la leche) enriquecidas con BCAA's y Glutamina, Hidratos de carbono de absorción rápida, Monohidrato de Creatina, HMB (ß-Hidroxi-ß-metilbutirato), AAKG, Taurina, Glucoronolactona, Enzimas (Bromelaina e Papaína), Vitaminas y Minerales. La dosis diaria de **PURE MASS GOLDNUTRITION®** aporta 4,5 g de Creatina y un alto contenido de **proteínas, Vitaminas A, C, E, K, D, B6, B12, Tiamina, Riboflavina, Niacina, Ácido Fólico, Manganeso, Cromo y Zinc**, siendo también fuente de **Selenio y Calcio.**

La **Creatina** mejora el rendimiento físico en series sucesivas de ejercicios breves de alta intensidad. Este beneficio se obtiene con una ingesta diaria de 3 g de creatina. Las **Proteínas** contribuyen a que aumente la masa muscular, mientras que el **Zinc** contribuye a la síntesis proteínica normal y al mantenimiento de niveles normales de testosterona y la **Vitamina B6** contribuye al metabolismo normal de las proteínas y del glucógeno y ayuda a regular la actividad hormonal. Por otro lado, la **Vitamina D** y el **Calcio** contribuyen al funcionamiento normal de los músculos, el **Ácido Fólico, la Niacina, la Riboflavina y la Vitamina B12**, ayudan a disminuir el cansancio y la fatiga y la **Vitamina C** contribuye al funcionamiento normal del sistema inmunitario durante el ejercicio físico intenso y después de este.

Producido en Laboratorio Certificado de la U.E.

PURE MASS 1.5 KG NET QUANTITY

CHOCOLATE

PURE MASS GOLDNUTRITION® is a potent formula containing a high biological value Protein (whey protein isolate and hydrolyzed) enriched with BCAA's and Glutamine, fast absorption Carbohydrates, Creatine monohydrate, HMB (ß-Hidroxi-ß-metilbutirate), AAKG, Taurine, Glucuronolactone, Enzymes (Bromelain and Papain), Vitamins and Minerals. **PURE MASS GOLDNUTRITION®** daily dose supplies 4,5g of Creatine, **high Protein, Vitamins A, C, E, D, B6, B12, Thiamine, Riboflavin, Niacin, Folic Acid, Manganese, Chromium, Zinc,** and a **source of Selenium and Calcium.**

Creatine increases physical performance in successive bursts of short-term, high intensity exercise. The beneficial effect is obtained with a daily intake of 3g of Creatine. While **Protein** contributes to growth in muscle mass, **Zinc** contributes to normal protein synthesis and to the maintenance of normal testosterone levels in the blood and **Vitamin B6** contributes to normal protein and glycogen metabolism and to the regulation of hormonal activity. On the other hand, **Vitamin D** and **Calcium** contribute to the maintenance of normal muscle function, **Folic acid**, **Niacin**, **Riboflavin** and **Vitamin B12**, contribute to the reduction of tiredness and fatigue and **Vitamin C** contributes to maintain the normal function of the immune system during and after intense physical exercise.

Produced in an U.E. Certified Laboratory.

Consumir de preferência antes do fim de/L: Ver embalagem
Consumir preferentemente antes del fin de/L: Ver envase
Best before end/Batch: see package

Rua dos Bem Lembrados, nº 141, Manique 2645-471
Alcabideche - Portugal

LINHA AZUL
808 204 656

ECOPONTO AMARELO

CHOCOLATE

PURE MASS

GOLD NUTRITION®

4.5G CREATINE PER DOSE

+11G BCAA'S PER DOSE

1.5G HMB PER DOSE

- WITH CARBOHYDRATES, PROTEIN, BCAA´S, GLUTAMINE, CREATINE & HMB
- PROTEIN CONTRIBUTES TO A GROWTH IN MUSCLE MASS
- WHEY PROTEIN ISOLATE AND HYDROLYZED

1.5 KG

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

INFORMACIÓN NUTRICIONAL | NUTRITIONAL INFORMATION

1 DOSE/ DOSIS/ SERVING: 2 BATIDOS/ SHAKES (150 G)

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL/ INFORMACIÓN NUTRICIONAL/ NUTRITIONAL INFORMATION	100 G	POR 2 BATIDOS/ PER 2 SHAKES (150 G)
VALOR ENERGÉTICO/ ENERGETIC VALUE	411,53 KCAL / 1721,84 KJ	617,30 KCAL/ 2582,76 KJ
LÍPIDOS/ GRASA/ FAT	6,25 G	9,38 G
DOS QUAIS SATURADOS/ DE LAS CUALES SATURADAS/ OF WHICH SATURATED	1,5 G	2,25 G
HIDRATOS DE CARBONO/ CARBOHYDRATES	49,01 G	73,52 G
DOS QUAIS AÇÚCARES/ DE LOS CUALES AZÚCARES/ OF WHICH SUGARS	5,20 G	7,8 G
PROTEÍNAS/ PROTEINS	39,81 G	59,72 G
SÓDIO/ SODIO/ SODIUM	44,34 MG	66,51 MG
ZINCO/ ZINC	3,17 MG	4,75 MG (47,535 % DDR*)
CRÓMIO/ CROMO/ CHROMIUM	21 μG	31,50 μG (78,8 % DDR*)
SELÉNIO/ SELENIUM	8 μG	12 μG (21,8 % DDR*)
MANGANÊS/ MANGANESO/ MANGANESE	10,48 MG	15,72 MG (785,8 % DDR*)
CALCIO/ CALCIO/ CALCIUM	82,38 MG	123,57 MG (15,4 % DDR*)
TIAMINA/ THIAMINE	2,45 MG	3,68 MG (334,1 % DDR*)
RIBOFLAVINA/ RIBOFLAVIN	2,45 MG	3,68 MG (262,5 % DDR*)
NIACINA/ NIACINE	24,5 MG	36,75 MG (229,7 % DDR*)
ÁCIDO FÓLICO/ FOLIC ACID	122 μG	183 μG (91,5% DDR*)
VITAMINA B6/ VITAMIN B6	2,45 MG	3,68 MG (262,5 % DDR*)
VITAMINA B12/ VITAMIN B12	2 μG	3 μG (120 % DDR*)
VITAMINA C/ VITAMIN C	73,5 MG	110,24 MG (137,8% DDR*)
VITAMINA A/ VITAMIN A	1225 μG	1837,5 μG (229,7% DDR*)
VITAMINA E/ VITAMIN E	12,25 MG	18,37 MG (153,1% DDR*)
VITAMINA K/ VITAMIN K	880 μG	1320 μG (1760% DDR*)
VITAMINA D/ VITAMIN D	2 μG	3 μG (60 % DDR*)
COMPOSIÇÃO/ COMPOSICIÓN/ COMPOSITION		
HMB (β-HIDROXI-β-METILBUTIRATO/ β-HYDROXY-β -METHYLBUTYRATE)	1,01 G	1,52 G
MONOHIDRATO DE CREATINA/ CREATINE MONOHYDRATE	3,06 G	4,59 GR
TAURINA/ TAURINE	666,67 GR	1 GR
GLUCURONOLACTONA/ GLUCURONOLACTONE	61,25 MG	91,87 MG
ÁCIDO ALFA-LIPOICO/ ALPHA LIPOIC ACID	122,49 MG	183,74 MG
COMPLEXO ENZIMÁTICO (BROMELAÍNA, PAPAÍNA)/ ENZYMATIC COMPLEX (BROMELAIN, PAPAIN)	122,49 MG	183,74 MG
AMINOÁCIDOS DE CADEIA RAMIFICADA/ AMINOÁCIDOS DE CADENA RAMIFICADA/ BRANCHED CHAIN AMINO ACIDS		
LEUCINA/ LEUCINE	3,60 G	5,40 G
ISOLEUCINA/ ISOLEUCINE	1,90 G	2,85 G
VALINA/ VALINE	1,95 G	2,93 G

*DDR - DOSE DIÁRIA RECOMENDADA/CANTIDAD DIARIA RECOMENDADA/ RECOMMENDED DAILY DOSE

Manter num local fresco e seco, ao abrigo da luz, fora do alcance das crianças. *Mantener en lugar fresco y seco, abrigado de la luz, fuera del alcance de los niños. Store out in a cool and dry place, away from direct sunlight exposure, out of the reach of young children.*

INGREDIENTES / INGREDIENTS: Maltodextrina/ *Maltodextrine*, Proteína isolada do soro do leite/ *Proteína aislada de suero de leche/ Whey protein isolate*, Nata láctea/ *Dairy Creamer*, Frutose/ *Fructosa/ Fructose*, Cacau magro em pó/ *Cacao desnatado en polvo/ Defatted Cocoa powder*, Proteína hidrolisada do soro do leite/ *Proteína Hidrolizada de suero de leche/ Whey protein hydrolysed*, Monohidrato de Creatina/ *Creatine Monohydrate*, HMB (ß-Hidroxi-ß-metilbutirato)/ *HMB (ß-Hydroxy-ß-Methylbutyrate)*, Espessante: Goma Guar/ *Espesante: Goma Guar/ Thickener:Guar Gum*, Arginina Alfa-cetoglutarato/ *Arginine Alpha-ketoglutarate*, Taurina/ *Taurine*, Aromatizante de Chocolate/ *Chocolate flavouring*, L-Leucina/ *L-Leucine*, L-Glutamina/ *L-Glutamine*, Citrato de cálcio/ *calcio/ Calcium Citrate*, Ácido Alfa-lipóico/ *Alpha-Lipoic Acid*, Complexo/ *Complejo* enzimático (Bromelaína, Papaína)/ *Enzymatic Complex (Bromelain, Papain)*, Ácido ascórbico/ *Ascorbic Acid*, *Glucuronolactona/* Glucuronolactone, *Citrato de potássio/ potasio/ Potassium citrate*, Edulcorante: Sucralose/ *Sucralosa/ Sweetener: Sucralose*, L-Valina/ *L-Valine*, L-Isoleucina/ *L-Isoleucine*, Niacinamida/ *Niacinamide*, Citrato de manganês/ *manganeso/ Manganese Citrate*, Tocoferóis mistos/ *Tocoferoles mistos/ Mixed tocopherols*, Glicinato de zinco/ *zinc/ Zinc Glicinate*, Tiamina HCL/ *Thiamine HCL*, Riboflavina-5-fosfato de sódio/ *sodio/ Riboflavin -5-phosphate sodium*, *Piridoxina HCL/ Pyridoxine HCL*, Retinil palmitato/ *Retinyl palmitate*, Fitonadiona/ *Phytonadione*, Ácido fólico/ *Folic Acid*, Picolinato de crómio/ *Picolinato de cromo/ Chromium Picolinate*, Selenite de sódio/ *Selenito de sodio/ Sodium selenite*, Cobalamina/ *Cobalamin*, *Colecalciferol/* Cholecalciferol. **Contém uma fonte de Fenilalanina. Contém derivados do leite/ *Contiene una fuente de Fenilalanina. Contiene derivados de leche/ Contains a source of phenylalanine. Contains milk products.***

TOMA DIÁRIA: Tomar 1 batido uma hora antes do treino e outro imediatamente após. Não exceder a toma diária recomendada.
MODO DE EMPLEO: *Tomar 1 batido una hora antes del entrenamiento y otro inmediatamente después. No superar la cantidad diaria recomendada.*
DAILY DOSE: *Take a shake 1 hour before exercise and another immediately after. Do not exceed the stated recommended daily dose.*

MODO DE PREPARAÇÃO: Para preparar um batido adicionar 2 medidas cheias (75 g) a 300 ml de água ou a 400 ml de leite magro. Misturar bem e servir.
MODO DE PREPARACIÓN: *Para preparar un batido adicionar 2 medidas llenas (75 g) a 300 ml de agua o 400 ml de leche desnatada. Mezclar bien y tomar.*
PREPARATION: *To prepare a shake add 2 full scoops (75 g) to 300 ml of water or 400 ml of skimmed mil. Mix well and serve.*

AVISO: Não recomendado a diabéticos, a indivíduos com insuficiência renal ou no caso de alergia a algum dos constituintes.
AVISO: *No es recomendado a diabéticos, a individuos con insuficiencia renal, o en caso de alergia a algúno de los ingredientes.*
WARNING: *Not recommended to diabetics, in kidney failure or in case of allergy to any of the components.*

Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de um regime alimentar variado e equilibrado e de um modo de vida saudável.

Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable.

Food supplements should not be used as a substitute for a varied and balanced diet and a healthy lifestyle.

PURE MASS 1.5 KG QUANTIDADE LÍQUIDA — SUPLEMENTO ALIMENTAR • CONTÉM AÇÚCAR E EDULCORANTES — BAUNILHA

PURE MASS GOLDNUTRITION® é uma potente fórmula que contém Proteínas de alto valor biológico (hidrolisados e isolados do soro do leite) enriquecidas com BCAA's e Glutamina, Hidratos de carbono de absorção rápida, Monohidrato de Creatina, HMB (ß-Hidroxi-ß-metilbutirato), AAKG, Taurina, Glucoronolactona, Enzimas (Bromelaína e Papaína), Vitaminas e Minerais. A toma diária de **PURE MASS GOLDNUTRITION®** fornece 4,5 g de Creatina e um **alto teor de Proteínas, Vitaminas A, C, E, K, D, B6, B12, Tiamina, Riboflavina, Niacina, Ácido Fólico, Manganês, Crómio e Zinco**, sendo também uma **fonte de Selénio e Cálcio**.

A **Creatina** aumenta o desempenho físico durante exercícios repetidos de curta duração e alta intensidade. Este benefício é obtido com uma dose diária de 3g de creatina. As **Proteínas** contribuem para o crescimento da massa muscular, enquanto o **Zinco** contribui para a síntese normal das proteínas e para a manutenção de níveis normais de testosterona no sangue e a **Vitamina B6** contribui para o metabolismo normal das proteínas e do glicogénio e para a regulação da atividade hormonal. Por outro lado, a **Vitamina D** e o **Cálcio** contribuiem para o normal funcionamento muscular, ao mesmo tempo que o **Ácido Fólico**, a **Niacina**, a **Riboflavina** e a **Vitamina B12**, contribuem para a redução do cansaço e da fadiga e a **Vitamina C** contribui para manter o normal funcionamento do sistema imunitário durante e após exercício físico intenso.

Produzido em Laboratório Certificado da U.E.

PURE MASS 1.5 KG CANTIDAD NETA — COMPLEMENTO ALIMENTICIO • CONTIENE AZÚCAR Y EDULCORANTES — BAUNILHA

PURE MASS GOLDNUTRITION® es una potente formula que contiene Proteínas de alto valor biológico (hidrolizados y aislados del suero de la leche) enriquecidas con BCAA's y Glutamina, Hidratos de carbono de absorción rápida, Monohidrato de Creatina, HMB (ß-Hidroxi-ß-metilbutirato), AAKG, Taurina, Glucoronolactona, Enzimas (Bromelaina e Papaína), Vitaminas y Minerales. La dosis diaria de **PURE MASS GOLDNUTRITION®** aporta 4,5 g de Creatina y un alto contenido de **proteínas, Vitaminas A, C, E, K, D, B6, B12, Tiamina, Riboflavina, Niacina, Ácido Fólico, Manganeso, Cromo y Zinc**, siendo también fuente de **Selenio y Calcio.**

La **Creatina** mejora el rendimiento físico en series sucesivas de ejercicios breves de alta intensidad. Este beneficio se obtiene con una ingesta diaria de 3 g de creatina. Las **Proteínas** contribuyen a que aumente la masa muscular, mientras que el **Zinc** contribuye a la síntesis proteínica normal y al mantenimiento de niveles normales de testosterona y la **Vitamina B6** contribuye al metabolismo normal de las proteínas y del glucógeno y ayuda a regular la actividad hormonal. Por otro lado, la **Vitamina D** y el **Calcio** contribuyen al funcionamiento normal de los músculos, el **Ácido Fólico, la Niacina, la Riboflavina y la Vitamina B12**, ayudan a disminuir el cansancio y la fatiga y la **Vitamina C** contribuye al funcionamiento normal del sistema inmunitario durante el ejercicio físico intenso y después de este.

Producido en Laboratorio Certificado de la U.E.

PURE MASS 1.5 KG NET QUANTITY — FOOD SUPPLEMENT • CONTAINS SUGAR AND SWEETENERS — VANILLA

PURE MASS GOLDNUTRITION® is a potent formula containing a high biological value Protein (whey protein isolate and hydrolyzed) enriched with BCAA's and Glutamine, fast absorption Carbohydrates, Creatine monohydrate, HMB (ß-Hidroxi-ß-metilbutirate), AAKG, Taurine, Glucuronolactone, Enzymes (Bromelain and Papain), Vitamins and Minerals. **PURE MASS GOLDNUTRITION®** daily dose supplies 4,5g of Creatine, **high Protein, Vitamins A, C, E, D, B6, B12, Thiamine, Riboflavin, Niacin, Folic Acid, Manganese, Chromium, Zinc,** and a **source of Selenium and Calcium.**

Creatine increases physical performance in successive bursts of short-term, high intensity exercise. The beneficial effect is obtained with a daily intake of 3g of Creatine. While **Protein** contributes to growth in muscle mass, **Zinc** contributes to normal protein synthesis and to the maintenance of normal testosterone levels in the blood and **Vitamin B6** contributes to normal protein and glycogen metabolism and to the regulation of hormonal activity. On the other hand, **Vitamin D** and **Calcium** contribute to the maintenance of normal muscle function, **Folic acid**, **Niacin**, **Riboflavin** and **Vitamin B12**, contribute to the reduction of tiredness and fatigue and **Vitamin C** contributes to maintain the normal function of the immune system during and after intense physical exercise.

Produced in an U.E. Certified Laboratory.

Consumir de preferência antes do fim de/L: Ver embalagem
Consumir preferentemente antes del fin de/L: Ver envase
Best before end/Batch: see package

ECO NUTRACEUTICOS
Rua dos Bem Lembrados, nº 141, Manique 2645-471
Alcabideche - Portugal

LINHA AZUL
808 204 656

5 601607 071902
EcoGN 16 • 12/12

ECOPONTO AMARELO

VANILLA

PURE MASS

GOLD NUTRITION®

4.5G CREATINE PER DOSE

+11G BCAA'S PER DOSE

1.5G HMB PER DOSE

1.5 KG

COMPLETE BUILDING FORMULA

- WITH CARBOHYDRATES, PROTEIN, BCAA´S, GLUTAMINE, CREATINE & HMB
- PROTEIN CONTRIBUTES TO A GROWTH IN MUSCLE MASS
- WHEY PROTEIN ISOLATE AND HYDROLYZED

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

INFORMACIÓN NUTRICIONAL | NUTRITIONAL INFORMATION

1 DOSE/ DOSIS/ SERVING: 2 BATIDOS/ SHAKES (150 G)

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL/ INFORMACIÓN NUTRICIONAL/ NUTRITIONAL INFORMATION	100 G	POR 2 BATIDOS/ PER 2 SHAKES (150 G)
VALOR ENERGÉTICO/ ENERGETIC VALUE	406,97 KCAL/ 1702 KJ	610,46 KCAL/ 2554,14 KJ
LÍPIDOS/ GRASA/ FAT	6,05 G	9,08 G
DOS QUAIS SATURADOS/ DE LAS CUALES SATURADAS/ OF WHICH SATURATED	1,45 G	2,18 G
HIDRATOS DE CARBONO/ CARBOHYDRATES	48,52 G	72,78 G
DOS QUAIS AÇÚCARES/ DE LOS CUALES AZÚCARES/ OF WHICH SUGARS	5,05 G	7,58 G
PROTEÍNAS/ PROTEINS	39,61 G	59,42 G
SÓDIO/ SODIO/ SODIUM	44,34 MG	66,5 MG
ZINCO/ ZINC	3,17 MG	4,75 MG (47,535 % DDR*)
CRÓMIO/ CROMO/ CHROMIUM	21 μG	31,50 μG (54,5 % DDR*)
SELÉNIO/ SELENIUM	8 μG	12 μG (21,8 % DDR*)
MANGANÊS/ MANGANESO/ MANGANESE	10,48 MG	15,72 MG (785,8 % DDR*)
CÁLCIO/ CALCIO/ CALCIUM	82,38 MG	123,57 MG (15,4 % DDR*)
TIAMINA/ THIAMINE	2,45 MG	3,68 MG (334,1 % DDR*)
RIBOFLAVINA/ RIBOFLAVIN	2,45 MG	3,68 MG (262,5 % DDR*)
NIACINA/ NIACINE	24,5 MG	36,75 MG (229,7 % DDR*)
ÁCIDO FÓLICO/ FOLIC ACID	122 μG	183 μG (91,5% DDR*)
VITAMINA B6/ VITAMIN B6	2,42 MG	3,68 MG (262,5 % DDR*)
VITAMINA B12/ VITAMIN B12	2 μG	3 μG (120 % DDR*)
VITAMINA C/ VITAMIN C	73,5 MG	110,24 MG (137,8% DDR*)
VITAMINA A/ VITAMIN A	1225 MG	1837,5 MG (229,7% DDR*)
VITAMINA E/ VITAMIN E	12,25 MG	18,37 MG (153,1% DDR*)
VITAMINA K/ VITAMIN K	880 μG	1320 μG (1760% DDR*)
VITAMINA D/ VITAMIN D	2 μG	3 μG (60 % DDR*)
COMPOSIÇÃO/ COMPOSICIÓN/ COMPOSITION		
HMB (β-HIDROXI-β-METILBUTIRATO/ β-HYDROXY-β -METHYLBUTYRATE)	1,01 G	1,52 G
MONOHIDRATO DE CREATINA/ CREATINE MONOHYDRATE	3,06 G	4,59 GR
TAURINA/ TAURINE	666,67 GR	1 GR
GLUCURONOLACTONA/ GLUCURONOLACTONE	61,25 MG	91,87 MG
ÁCIDO ALFA-LIPOICO/ ALPHA LIPOIC ACID	122,49 MG	183,74 MG
COMPLEXO ENZIMÁTICO (BROMELAÍNA, PAPAÍNA)/ ENZYMATIC COMPLEX (BROMELAIN, PAPAIN)	122,49 MG	183,74 MG
AMINOÁCIDOS DE CADEIA RAMIFICADA/ AMINOÁCIDOS DE CADENA RAMIFICADA/ BRANCHED CHAIN AMINO ACIDS		
LEUCINA/ LEUCINE	3,63 G	5,45 G
ISOLEUCINA/ ISOLEUCINE	1,91 G	2,87 G
VALINA/ VALINE	1,97 G	2,96 G

*DDR - DOSE DIÁRIA RECOMENDADA/CANTIDAD DIARIA RECOMENDADA/ RECOMMENDED DAILY DOSE

Manter num local fresco e seco, ao abrigo da luz, fora do alcance das crianças. *Mantener en lugar fresco y seco, abrigado de la luz, fuera del alcance de los niños. Store out in a cool and dry place, away from direct sunlight exposure, out of the reach of young children.*

INGREDIENTES / INGREDIENTS: Maltodextrina/ *Maltodextrine*, Proteína isolada do soro do leite/ *Proteína aislada de suero de leche/ Whey protein isolate*, Nata láctea/ *Dairy Creamer*, Frutose/ *Fructosa/ Fructose*, Proteína hidrolisada do soro do leite/ *Proteína Hidrolizada de suero de leche/ Whey protein hydrolysed*, Monohidrato de Creatina/ *Creatine Monohydrate*, HMB (ß-Hidroxi-ß-metilbutirato)/ *HMB (ß-Hydroxy-ß-Methylbutyrate)*, Espessante: Goma Guar/ *Espesante: Goma Guar/ Thickener:Guar Gum*, Arginina Alfa-cetoglutarato/ *Arginine Alpha-ketoglutarate*, Aromatizante de Baunilha /*Vainilla/ Vanilla flavouring*, Taurina/ *Taurine*, L-Leucina/ *L-Leucine*, L-Glutamina/ *L-Glutamine*, Citrato de cálcio/ *calcio/ Calcium Citrate*, Ácido Alfa-lipóico/ *Alpha-Lipoic Acid*, Complexo/ *Complejo* enzimático (Bromelaína, Papaína)/ *Enzymatic Complex (Bromelain, Papain)*, Ácido ascórbico/ *Ascorbic Acid*, Glucuronolactona/ *Glucuronolactone*, Citrato de potássio/ *potasio/ Potassium citrate*, Edulcorante: Sucralose/ *Sucralosa/ Sweetener: Sucralose*, L-Valina/ *L-Valine*, L-Isoleucina/ *L-Isoleucine*, Niacinamida/ *Niacinamide*, Citrato de manganês/ *manganeso/ Manganese Citrate*, Tocoferóis mistos/ *Tocoferoles mistos/ Mixed tocopherols*, Glicinato de zinco/ *zinc/ Zinc Glicinate*, Tiamina HCL/ *Thiamine HCL*, Riboflavina-5-fosfato de sódio/ *sodio/ Riboflavin -5-phosphate sodium*, Piridoxina HCL/ *Pyridoxine HCL*, Retinil palmitato/ *Retinyl palmitate*, Fitonadiona/ *Phytonadione*, Ácido fólico/ *Folic Acid*, Picolinato de crómio/ *Picolinato de cromo/ Chromium Picolinate*, Selenite de sódio/ *Selenito de sodio/ Sodium selenite*, Cobalamina/ *Cobalamin*, Colecalciferol/ *Cholecalciferol*. **Contém uma fonte de Fenilalanina. Contém derivados do leite/ *Contiene una fuente de Fenilalanina. Contiene derivados de leche/ Contains a source of phenylalanine. Contains milk products.***

TOMA DIÁRIA: Tomar 1 batido uma hora antes do treino e outro imediatamente após. Não exceder a toma diária recomendada.
MODO DE EMPLEO: *Tomar 1 batido una hora antes del entrenamiento y otro inmediatamente después. No superar la cantidad diaria recomendada.*
DAILY DOSE: *Take a shake 1 hour before exercise and another immediately after. Do not exceed the stated recommended daily dose.*

MODO DE PREPARAÇÃO: Para preparar um batido adicionar 2 medidas cheias (75 g) a 300 ml de água ou a 400 ml de leite magro. Misturar bem e servir.
MODO DE PREPARACIÓN: *Para preparar un batido adicionar 2 medidas llenas (75 g) a 300 ml de agua o 400 ml de leche desnatada. Mezclar bien y tomar.*
PREPARATION: *To prepare a shake add 2 full scoops (75 g) to 300 ml of water or 400 ml of skimmed mil. Mix well and serve.*

AVISO: Não recomendado a diabéticos, a indivíduos com insuficiência renal ou no caso de alergia a algum dos constituintes.
AVISO: *No es recomendado a diabéticos, a individuos con insuficiencia renal, o en caso de alergia a algúno de los ingredientes.*
WARNING: *Not recommended to diabetics, in kidney failure or in case of allergy to any of the components.*

Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de um regime alimentar variado e equilibrado e de um modo de vida saudável.

Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable.

Food supplements should not be used as a substitute for a varied and balanced diet and a healthy lifestyle.